

На вопрос «Как Вы относитесь к применению допинга в спорте?» были получены следующие ответы спортсменов:

- 56,06 % – отрицательное отношение;
- 39,39 % – нейтральное отношение;
- 4,55 % – положительное отношение.

Отрицательное отношение указали спортсмены, которые считают, что несправедливо, когда высокое место занимает не талантливый, а спортсмен, средних способностей, но принимающий допинг, кроме того, очевидный вред здоровью приносит употребление запрещенных препаратов.

Нейтральное отношение высказали те спортсмены, которые считают, что употребление допинга является делом каждого атлета. Каждый имеет право выбора принимать допинг либо не принимать.

Положительное отношение спортсмены указали на то, что в результате употребления допинга будут расти результаты и обновляться спортивные рекорды.

На основании полученных данных, можно сказать, что большинство (56,06 %) спортсменов относятся отрицательно к употреблению допинга, однако достаточно большой процент (39,39 %) спортсменов относится нейтрально к применению допинга в спорте. Данный факт не может не настораживать.

Заключение. В настоящее время современный спорт, уже немислим без борьбы с допингом. Решение данной проблемы должно носить комплексный характер с привлечением специалистов из разных областей (психологов, тренеров, генетиков и др.).

Список литературы

1. Павлова, М.С. Быстрее, выше, честнее? / М.С. Павлова // Минск. – 2008. – № 8. – С. 40–44.
2. Петров, С.Н. Правда о допингах / С.Н. Петров // Медицинская информация [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.medinfo.ru/sovety/sport/verite.phtml>. – Дата доступа: 16.01.2011.
3. Щербаков, В.Н. Коварство допинга / В.Н. Щербаков // Дом солнца [электронный ресурс]. – 2005. – № 10. – Режим доступа: <http://www.sunhome.ru/journal/>. – Дата доступа: 18.01.2011.

ХАРАКТЕРИСТИКА СОСТАВА ТЕЛА УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ-ИНТЕРНАТОВ

*С.Г. Василенко, А.В. Радкевич
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Декрет Президента Республики Беларусь № 15 от 17.07.2008 «Об отдельных вопросах общего среднего образования» определил стратегию развития образования в современных условиях социально-экономического развития и установил качественно новые требования к результатам учебно-воспитательного процесса в общеобразовательных учреждениях. На первый план выдвинута задача повышения активности образовательных учреждений в формировании здоровья учащихся, поскольку заболеваемость детей и подростков на протяжении последних лет остается на высоком уровне. Обязательным условием на сегодняшний день является необходимость принятия специальных мер по сохранению и укреплению здоровья школьников, поскольку низкий уровень физического и психического здоровья детей и молодежи создает объективные препятствия на пути эффектив-

ной реализации программы устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь.

Одним из методов оценки физического развития является определение состава тела человека (Р.Н. Дорохов, 1989; Б.А. Никитюк, В.П. Чтецов, 1990; С.Г. Василенко, 1997, 2005). Под составом тела большинство специалистов понимают соотношение общей воды (ОВ), обезжиренной массы тела (ОБЖ), общего жира (ОЖ) и "сухого остатка" (Б.А. Никитюк, 1990; Л.И. Тегак, 1996). В литературе приводятся данные об этнических, социально-профессиональных и возрастно-половых вариациях состава тела (Б.А. Никитюк с соавт., 1989; О.А. Бутова с соавт., 2001). Исследованиями, проведенными в 90-е годы XX в., были показаны связь начала полового созревания с достижением "критической массы" и определенного соотношения в составе тела жировой и обезжиренной массы, которые отражают энергетические взаимоотношения между отдающей тепло поверхностью тела и его массой, продуцирующей тепло [1, 2, 4].

Цель настоящих исследований заключалась в изучении возрастной динамики основных показателей состава тела у детей и подростков в зависимости от их образа жизни.

Материал и методы. В 2000-2007 гг. нами в пяти общеобразовательных школах-интернатах Витебской области было обследовано более 1600 детей 8-15 лет, у которых наряду с другими показателями физического развития определяли длину тела, массу тела и отдельные ее компоненты: ОВ, ОБЖ, ОЖ и "сухой остаток".

Результаты и их обсуждение. Анализ данных обследования показал, что у детей школ-интернатов с 8 до 15 лет наблюдалось повозрастное увеличение массы тела и всех ее компонентов. В младшем школьном возрасте у девочек показатели ОЖ ниже, чем у мальчиков, а начиная с 12 лет выше ($p < 0,05$). ОБЖ в начале изучаемого периода также ниже у девочек, затем одинакова у всех детей, а к 15 годам ниже у мальчиков. За период от 8 до 15 лет содержание ОЖ в составе тела мальчиков увеличилось в 2,8 раза, а у девочек в 3,8 раза. Наблюдаемые возрастно-половые различия в темпах увеличения содержания ОЖ, по нашему мнению, связаны с более ранним половым созреванием девочек. "Сухой остаток" в общей массе тела (отражает соотношение мышечного и костного компонентов) увеличивался и у мальчиков, и у девочек на протяжении всего периода наблюдения. У мальчиков этот показатель увеличился за период от 8 до 15 лет в 1,95 раза, а у девочек - в 1,7 раза. Процентное содержание "сухого остатка" было выше в большинстве возрастных групп среди мальчиков.

Таблица

Характеристика состава тела учащихся школ-интернатов

Возраст, лет	N	Показатель, кг (M±m)				
		Масса тела	ОВ	ОБЖ	Сухой остаток	ОЖ
Мальчики						
8	42	24,2±0,67	14,8±0,70	20,5±0,50	5,7±0,17	3,7±0,20
9	57	30,1±0,70	18,4±0,35	25,6±0,48	7,1±0,13	4,5±0,22
10	116	31,5±0,46	18,9±0,23	26,3±0,30	7,4±0,10	5,2±0,13
11	115	32,2±0,36	19,4±0,18	26,9±0,25	7,5±0,10	5,3±0,10
12	115	36,6±0,45	21,5±0,23	29,9±0,32	8,1±0,09	6,65±0,13
13	123	40,2±0,53	23,5±0,27	32,7±0,38	9,2±0,11	7,5±0,16
14	143	45,4±0,56	26,2±0,29	36,4±0,40	10,2±0,11	9,0±0,17
15	137	50,5±0,73	28,9±0,36	40,1±0,50	11,1±0,14	10,4±0,23
Девочки						

8	77	25,1±0,40	15,5±0,17	21,5±0,17	6,0±0,10	3,6±0,39
9	110	26,3±0,33	16,6±0,15	23,0±0,21	6,4±0,06	3,3±0,17
10	108	29,6±0,37	18,2±0,18	25,0±0,23	6,8±0,05	4,6±0,17
11	101	33,6±0,50	20,2±0,20	28,0±0,30	7,8±0,05	5,6±0,24
12	122	39,7±0,61	23,0±0,27	31,5±0,37	8,5±0,10	8,2±0,35
13	130	41,7±0,60	23,2±0,22	32,2±0,30	9,0±0,10	9,5±0,33
14	140	48,8±0,57	26,3±0,48	36,5±0,50	10,2±0,15	12,3±0,30
15	108	51,9±0,67	27,5±0,23	37,8±0,32	10,3±0,09	14,1±0,41

Изучение состава тела у детей особенно важно в период полового созревания (Л.И. Тегако с соавт., 1996; Е.И. Балахонова, 1991). Доля наиболее важного компонента состава тела до полового созревания - ОБЖ у 12-летних девочек школ-интернатов составила 79,5%, к 13 годам доля этого компонента снизилась до 77,15%. У мальчиков процент ОБЖ и в 12 лет, и в 13 лет существенно не изменялся (81,85% и 81,34%). Примерно аналогичную тенденцию наблюдали в первой половине 90-х годов Л.И. Тегако с соавт. (1996) в других регионах Республики Беларусь.

В составе обезжиренной массы тела основная доля приходится на общее количество воды, остальная (около 21-24%) - на "сухой остаток". Доля воды в составе тела у девочек интернатов в 12 лет составила около 58%, у мальчиков на 1% выше. К 13 годам содержание ОВ у девочек снизилось на 2,22%, а у мальчиков только на 0,44%. Следует подчеркнуть, что увеличение общей массы тела у детей интернатов происходит более всего за счет обезжиренной массы тела [3].

Заключение. Таким образом, в период полового созревания наблюдается перераспределение компонентов состава тела. Наблюдаемые возрастно-половые различия в темпах увеличения содержания ОЖ, по нашему мнению, связаны с более ранним половым созреванием девочек, а также, вероятно, это связано с нарастанием напряженности адаптационных процессов в организме детей и подростков в период функциональных изменений эндокринной системы.

Список литературы

1. Агаджанян, Н.А., Резервы нашего организма / Н.А. Агаджанян, А.Ю. Катков. – М.: «Знание», 1990. – 137 с.
2. Василенко, С.Г. Валеология. Учебно-методическое пособие / С.Г. Василенко. – Витебск: Издательство УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2002. – 115 с.
3. Василенко, С.Г. Здоровье детей и подростков Белорусского Поозерья: Монография / С.Г. Василенко. – Витебск: Издательство УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2005. – 133 с.
4. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: учебник для студ. высш. учебн. заведений / В.И. Дубровский – Москва: ВЛАДОС, 2002. – 185 с.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С НАСЕЛЕНИЕМ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

*Д.А. Венкович
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Спортивное ориентирование является массовым, доступным средством оздоровления населения, не требующих больших капитальных вложений. Занятия, как правило, проводятся на свежем воздухе, лесном массиве, парке или живописной зоне отдыха. Занятия спортивным ориентированием удачно сочетают физическую и умственную деятельность [1, 2, 3]. На сегодняшний день одним из актуальнейших вопросов является количество проводимых соревнований по